



[SEXYGLASFUTTER.DE](http://SEXYGLASFUTTER.DE)

[PARTYFOOD](#) – [FINGERFOOD](#) – [TO GO FOOD](#) - [VEGETARISCH](#) – [VEGAN](#) - [PROTEINFOOD](#)

## Gazpacho - Zucchini und Gurke



### Einkaufsliste:

Zucchini, 2 grüne  
Salatgurke, 1 Bio  
Gemüsefond, 300 ml  
Sahne, 200 ml  
Pinienkerne, 50 g  
Dill, 1 Bund  
Thymian, 4 Zweige  
Zitrone, 1 Bio  
Zucker  
Chilisalz



[SEXYGLASFUTTER.DE](http://SEXYGLASFUTTER.DE)

[PARTYFOOD](#) – [FINGERFOOD](#) – [TO GO FOOD](#) - [VEGETARISCH](#) – [VEGAN](#) - [PROTEINFOOD](#)

### Gazpacho mit Zucchini und Gurke

	 einfach	 preiswert
 kalt servieren		
 vegetarisch		

#### Vorbereitung:

- Zucchini klein schneiden,
- Salatgurke längs halbieren, Kerne mit einem Löffel ausschaben,
- Gurke klein würfeln,
- Dill klein hacken,
- Thymianblättchen abzupfen,
- Zitronenschale abraspeln, Saft auspressen,
- Pinienkerne in einer beschichteten Pfanne ohne Fett anrösten

#### Zubereitung:

- Zucchini im Gemüsefond ca. 15 min. weich kochen,
- Gurkenstücke, Zitronenschale, Thymian und Dill zufügen,
- mit dem Zauberstab fein pürieren,
- Sahne unterrühren und mit Zitronensaft, Zucker und Chilisalز abschmecken,
- für ca. 4 Stunden in den Kühlschrank stellen,
- in bauchige Gläser füllen und mit den Pinienkernen großzügig bestreuen,
- eiskalt servieren



[SEXYGLASFUTTER.DE](http://SEXYGLASFUTTER.DE)

[PARTYFOOD](#) – [FINGERFOOD](#) – [TO GO FOOD](#) - [VEGETARISCH](#) – [VEGAN](#) - [PROTEINFOOD](#)

**Tipps:**

- Statt der grünen Zucchini könnt ihr auch gelbe verwenden.
- Dann solltet ihr aus farblichen Gründen aber die Salatgurke schälen.
- Diese kalte Gemüsesuppe ist ausgesprochen erfrischend.
- Dazu schmecken z.B. frisch gegrillte Jakobsmuscheln am Spieß.

**Hierzu passt:**

- ein eiskalter trockener Roséwein von der Loire.